

Lo que hacemos HACE UNA DIFERENCIA

HOJA DE DATOS

Semana de Salud Mental de los Americanos Mayores

La Semana de Salud Mental de los Americanos Mayores es un nuevo evento anual de salud pública que se observa durante la última semana completa de mayo, el cual es tanto el Mes de Salud Mental como el Mes de los Americanos Mayores. La semana proporciona un marco para actividades públicas a los niveles nacionales, estatales y locales a fin de educar al público y los encargados de formular las políticas en el sentido de que las enfermedades mentales entre los que envejecen son reales, comunes y tratables. La Semana de Salud Mental es patrocinada por la Liga de Mujeres Mayores (Older Women's League – OWL). Los socios incluyen organizaciones de los campos de envejecimiento, salud mental y médicos.

La necesidad para la educación

Recientes encuestas de opinión pública muestran que la mayoría del público piensa que los problemas de salud mental son parte normal del envejecimiento. “Yo estaría deprimido también”, es algo que se oye comúnmente. Sin embargo, la depresión, la ansiedad y el abuso de sustancias no son parte normal del envejecimiento y no hay motivo por el cual las personas que envejecen no puedan seguir creciendo, prosperando y gozando de sus “años dorados”.

Es preciso que los americanos mayores, familiares, proveedores de cuidado, vecinos y amigos sepan que las enfermedades mentales entre las personas mayores son reales, comunes y tratables. Ellos deben saber la diferencia entre un duelo saludable por una pérdida y una depresión no saludable, entre preocupaciones normales y trastornos de ansiedad y entre beber normalmente y el abuso de alcohol y medicamentos para calmar el dolor emocional.

A pesar de los adelantos, rutinariamente, la enfermedad mental entre las personas mayores no se diagnostica ni trata lo suficiente. La investigación muestra que los tratamientos para las enfermedades mentales comunes como la depresión son tan eficaces entre los adultos mayores como entre las personas más jóvenes. La salud mental y física son integrales entre ellas y para el bienestar. Cuanto más personas sepan acerca de la salud mental y el envejecimiento, más podrán ayudarse ellas mismas y a otros.

Mensajes del programa

- La enfermedad mental no es una parte normal del envejecimiento.
- Sin importar la edad, las enfermedades mentales son reales, comunes y tratables.
- Los americanos deben disfrutar de sus años dorados. Los adultos mentalmente saludables siguen aprendiendo, creciendo, prosperando, disfrutando de la vida y aportando a la sociedad.

- Cuanto más sepan las personas acerca de la salud mental y el envejecimiento, más podrán ayudarse ellas mismas y a otros.

Hechos acerca de los americanos mayores y la salud mental

Uno de cada cinco americanos mayores tiene una enfermedad mental diagnosticable, pero menos de la cuarta parte de ellos obtiene algún tipo de atención de salud mental, ni hablar de tratamiento apropiado. La enfermedad mental sin diagnosticar y tratar tiene implicaciones graves para los adultos mayores y sus seres queridos, sobre todo las mujeres, que viven más tiempo que los hombres y que son todavía proveedores de cuidado de la familia.

La investigación muestra que las personas mayores que buscan atención de la salud para problemas médicos comunes tienen más visitas a los médicos de atención primaria, utilizan más medicamentos y son más propensos a ser admitidas a las salas de emergencia o al hospital cuando su problema médico es acompañado por la depresión u otro problema de salud mental. Además, los resultados del tratamiento médico son peores cuando se ven complicados por problemas de salud mental. Por ejemplo, la rehabilitación de una fractura de la cadera o un ataque al corazón es menos exitosa y más costosa cuando se ve complicada por la depresión.

Además de resultados de salud peores y costos aumentados, las consecuencias de los trastornos psiquiátricos sin tratamiento entre las personas mayores incluyen un funcionamiento disminuido, una calidad de la vida pobre y mayor mortalidad. Las personas mayores tienen el índice de suicidio más alto de cualquier grupo de edades, a pesar del hecho de que más de la mitad de las personas mayores que se suicidan visitaron a un médico el mes anterior.

- El 20 por ciento de los americanos — de todas las edades — tienen un trastorno mental diagnosticable durante un período de un año (NIMH).
- El índice más alto de suicidio para cualquier grupo de edades (19.4 de cada 100,000) lo registran las personas que tienen 85 años de edad o más. (Asociación Americana de Suicidiología, 2002)
- El segundo índice de suicidio más alto (17.7 de cada 100,000) lo registran las personas que tienen entre 75 y 84 años de edad. (AAS)
- Los hombres cometen el 83 por ciento de los suicidios por personas de más de 65 años. (CDC, 2001)
- Las mujeres americanas asiáticas tienen el índice de suicidio más alto entre las mujeres que tienen más de 65 años de edad. (CDC, 2001)
- Aproximadamente el 11 por ciento de los adultos de más de 55 años de edad tienen un trastorno de ansiedad. (USSG 1999)
- Aunque el 4.4 por ciento de los adultos mayores tienen un trastorno del estado de ánimo diagnosticable, tal como la depresión, hasta un 20 por ciento tienen síntomas significativos de depresión. (USSG 1999)
- Los adultos mayores inscritos en Medicare deben pagar el 50 por ciento de los costos de tratamiento de salud mental como pacientes externos, pero pagan sólo el 20 por ciento

de los costos vinculados a los servicios de salud física.

- El tratamiento es eficaz. Los tratamientos pueden incluir medicamentos, psicoterapia o ambos.

Esta hoja de datos fue preparada por la Liga de Mujeres Mayores (OWL). La Administración de Envejecimiento y la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental, ambas agencias del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, apoyan los esfuerzos de OWL de concienciación acerca de este tema muy importante. Para mayor información sobre la Semana de Salud de los Americanos Mayores, póngase en contacto con OWL, 1750 New York Ave. Suite 350, Washington, DC 20006. Teléfono: 202-783-6686. Fax: 202-638-2356. www.owl-national.org o correo electrónico owlinfo@owl-national.org.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Administración de Envejecimiento (AoA), trabaja con una red a nivel de todo el país de organizaciones y proveedores de servicios para poner servicios y recursos de apoyo a disposición de las personas mayores y sus proveedores de cuidado. Para mayor información acerca de la AoA, por favor, pónganse en contacto con: **Department of Health and Human Services, Administration on Aging**, Washington, DC 20201, al teléfono 202-619-0724, dirección de correo electrónico aoainfo@aoa.gov, sitio Web: www.aoa.gov.